



SOSIALISASI MENGENAI ADAPTASI KEBIASAAN BARU (AKB) PADA SANTRI DI PESANTREN X INDRAMAYU

Eko Maulana Syaputra^{1*}, Sukhriyatun Fitriyah¹, Riantina Luxiarti², Nanang Eka Juliana¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Wiralodra, Jl. Ir. H Juanda KM. 03, Karanganyar, Indramayu, Karanganyar, Indramayu, Kabupaten Indramayu, Jawa Barat 45213, Indonesia

²Program Studi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, STIKES Mahardika, Jl. Terusan Sekar Kemuning No.199, Karyamulya, Kesambi, Kota Cirebon, Jawa Barat 45135, Indonesia

*ekomaulanasyaputra@unwir.ac.id

ABSTRAK

Pemerintah telah mengimplementasikan kebiasaan hidup baru sebagai upaya agar masyarakat dapat kembali produktif dan tetap aman dari *Covid-19*. AKB di atur oleh pemerintah dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/413/2020. Pada kenyataannya AKB belum bisa diterapkan secara penuh oleh masyarakat. Terlihat dari perilaku masyarakat yang belum mengedepankan protokol kesehatan. Berdasarkan observasi yang dilakukan di wilayah Indramayu khususnya di pondok pesantren X, terlihat para santri dan pengasuh pondok belum menerapkan protokol kesehatan dalam kegiatan belajar mengajar maupun aktivitas lainnya. Sebagian besar para santri masih banyak yang tidak menjaga jarak, masih berkerumun, serta tidak menggunakan masker hal ini berisiko untuk terpapar *Covid-19*. Tujuan dengan diberikannya sosialisasi ini yaitu untuk menanamkan pentingnya kesiapan dalam menghadapi adaptasi kebiasaan baru pada generasi millennial khususnya para santri. Analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif. Dari hasil pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan pada santri di pondok pesantren X Indramayu diperoleh hasil bahwa para santri sudah mengerti dan mampu beradaptasi terhadap adaptasi kebiasaan baru dalam menghadapi pandemi *Covid-19* saat ini. Dari beberapa indikator yang tim peneliti sosialisasikan pada indikator mengenai menjaga jarak dan menghindari kerumunan yang masih belum dilaksanakan dengan baik. Dimana 55,6% para santri menganggap berkerumun tidak berisiko terhadap penularan *Covid-19*. Sebaiknya pihak pesantren tetap mensosialisasikan serta menerapkan protokol kesehatan kepada para santri ketika proses belajar mengajar sehingga tidak berisiko terjadi penularan *Covid-19*.

Kata kunci: adaptasi kebiasaan baru; pengetahuan; santri

SOCIALIZATION ON THE NEW NORMAL LIFE TO SANTRI AT PESANTREN X INDRAMAYU

ABSTRACT

The government has implemented new living habits in an effort so that people can return to being productive and stay safe from COVID-19. The New Normal Life is regulated by the government in the Decree issued by the Minister of Health of the Republic of Indonesia Number Hk.01.07/Menkes/413/2020. In fact, the community has not fully implemented the New Normal Life. It can be seen from the people's behavior who have not prioritized health protocols. Based on observations conducted in the Indramayu area, especially in Islamic boarding school X, it can be seen that the students and caregivers of Islamic boarding schools have not implemented health protocols in teaching and learning activities or other activities. The majority of the students still don't practice social distancing, are still in crowds, and don't wear masks. These can be a risk of being exposed to COVID-19. The socialization is aimed to instill the importance of readiness in facing the adaptation of new habits in the millennial generation, especially the santri (students of Islamic

boarding schools). Data analysis in this study used descriptive quantitative. The results of community service that has been conducted on students at the X Indramayu Islamic boarding school found that the students understand and are able to adapt to the new habits in facing the current COVID-19 pandemic. Of the several indicators that the research team socialized, the indicators on keeping distance and avoiding crowds, which have not been implemented properly showed that the students (55,6%) thought that crowd gathering was not a risk of being exposed to COVID-19. The Islamic boarding school should continue to socialize and implement health protocols for students during the teaching and learning process. Therefore, there is no risk of COVID-19 transmission.

Keywords: knowledge; new normal life; santri

PENDAHULUAN

Covid-19 pertama kali dilaporkan dari Kota Wuhan, Tiongkok pada Desember 2019`. Penyebaran *Covid-19* terjadi dengan sangat masif sehingga menjadi epidemik global (Li *et al*, 2020). Berdasarkan data dari WHO hingga 15 April 2022 tercatat 500.186.525 jiwa terkonfirmasi positif dengan kematian sebanyak 6.190.349 (WHO, 2022). Di Indonesia kasus *Covid-19* hingga 30 April 2022 tercatat sebanyak 6.046.796 kasus terkonfirmasi positif dimana terdapat 5.882.660 sembuh dan 156.257 diantaranya meninggal dunia. Provinsi Jawa Barat termasuk kedalam 5 terbesar kejadian *Covid-19*. Menurut data Pikobar yang tercatat pada 30 April 2022 sebanyak 1.105.397 pasien terkonfirmasi positif, dengan pasien meninggal sebanyak 15.764 Jiwa (Pikobar, 2020). Kabupaten Indramayu salah satu kota di Jawa Barat termasuk beberapa kali masuk kedalam zona merah dengan penderita sampai tanggal 5 Maret 2021 sebanyak 4.214 kasus terkonfirmasi positif dan data sampai tanggal 19 Maret 2021 sebanyak 5.413 kasus dengan 126 diantaranya meninggal dunia. Salah satu lonjakan kasus yang terjadi pada 5 Maret yaitu pada klaster salah satu pesantren di Kecamatan Sindang dimana sebagian besar kurang mematuhi protokol kesehatan dalam pencegahan *Covid-19* khususnya pada penghuni pesantren yang sebagian besar remaja atau termasuk ke dalam generasi millenial. Selain Kecamatan Sindang, Kecamatan Indramayu juga termasuk kedalam zona merah penyebaran *Covid-19* (Dinas Komunikasi dan Informatika Indramayu, 2021).

Salah satu cara untuk mencegah penularan *Covid-19* adalah dengan memulai hidup dengan tatanan baru (Kemenkes RI, 2020). Tatanan yang dimaksud adalah membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian dikenal dengan adaptasi kebiasaan baru (AKB). Gaya hidup baru yang dilakukan dengan 5M yaitu (Mencuci Tangan dengan sabun, Menjaga jarak, Memakai masker saat keluar rumah, Menjauhi kerumunan serta Mengurangi mobilitas dan interaksi (Satgas Covid-19, 2020).

Pada kenyataannya AKB belum bisa diterapkan secara penuh oleh masyarakat. Terlihat dari perilaku masyarakat yang belum mengedepankan protokol kesehatan. Berdasarkan observasi yang dilakukan di wilayah Indramayu khususnya di pondok pesantren X Indramayu, terdapat banyak santri yang belum menggunakan masker. Tidak menjaga jarak pada saat berada di kelas maupun di lingkungan pesantren, masih jarang mencuci tangan dengan sabun meskipun telah tersedia fasilitas mencuci tangan. Masih suka berkerumun dan tidak membatasi interaksi. Tindakan tersebut mencerminkan bahwa generasi millenial masih belum mampu menerapkan AKB di dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Metode yang digunakan dalam analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif. Waktu Pelaksanaan dilakukan pada Bulan September 2021. Sosialisasi mengenai Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB) dilaksanakan di salah satu pesantren X Indramayu. Berikut ini merupakan tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat tersebut :

- Memohon perizinan untuk pelaksanaan pengabdian
- Melakukan survei pendahuluan dan analisis situasi di lokasi pengabdian
- Melakukan penyuluhan tentang promosi kesehatan adaptasi kebiasaan baru kepada para santri.
- Sosialisasi dan penyuluhan dilakukan dengan cara pemberian pemutaran video, pembagian *leaflet* dan poster mengenai adaptasi kebiasaan baru
- Melakukan pengolahan data hasil sosialisasi adaptasi kebiasaan baru pada para santri tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Sosialisasi tentang Adaptasi Kebiasaan baru



Gambar 2. Foto Bersama dengan peserta

Tabel 1.

Hasil pengetahuan Responden tentang Adaptasi Kebiasaan Baru

No	Indikator penilaian	Tahu	Tidak tahu
1	Pengertian AKB	18 (100%)	0 (0%)
2	Tujuan AKB	17 (94,4 %)	1 (5,6%)
3	Penggunaan Masker	17 (94,4%)	1 (5,6%)
4	Berkumpul di keramaian	8 (44,4 %)	10 (55,6%)
5	Mencuci tangan dengan sabun	18 (100%)	0 (0%)
6	Aturan PPKM	11 (61,1%)	7 (38,9%)

Tabel 1 diperoleh hasil bahwa sebanyak 18 responden (100%) mengetahui apa yang dimaksud dengan adaptasi kebiasaan baru serta mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dapat

mencegah penularan *Covid-19*. Sebanyak 17 responden (94,4%) mengetahui tentang tujuan penerapan AKB dan menggunakan masker merupakan salah satu cara untuk mencegah penularan *Covid-19*. Sebanyak 10 responden (55,6%) beranggapan bahwa berkumpul di keramaian tidak berisiko penularan *Covid-19*. Sebanyak 11 responden (61,1%) sudah mengetahui tentang PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) sedangkan 7 responden (38,9%) masih belum mengetahui mengenai aturan PPKM.

Adaptasi kebiasaan Baru adalah tindakan atau perilaku yang dilakukan oleh masyarakat dan semua institusi yang ada di wilayah tersebut untuk melakukan pola kerja atau pola hidup baru yang berbeda dengan sebelumnya. Tujuan dari AKB adalah agar masyarakat tetap produktif dan aman dari *Covid-19* di masa pandemi. Seorang harus mampu mengadaptasi/ menyesuaikan kebiasaan baru dimanapun mereka berada, seperti di rumah, di kantor, di sekolah, di tempat ibadah, dan juga di tempat-tempat umum, seperti terminal, pasar, dan mall. Diharapkan dengan seringnya menerapkan kebiasaan baru dimanapun, semakin mudah dan cepat menjadi norma individu dan norma masyarakat (Kemenkes RI, 2020). AKB di atur oleh pemerintah dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/413/2020. Bahkan secara khusus Gubernur Jawa Barat mengeluarkan Peraturan Gubernur Nomor 60 Tahun 2020 tentang sanksi administratif bagi warga Jawa Barat yang tidak memakai masker (Pergub Jawa Barat, 2020).

Hasil pengabdian yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa sebanyak 18 responden (100%) mengetahui apa yang dimaksud dengan adaptasi kebiasaan baru serta mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dapat mencegah penularan *Covid-19*. Sebanyak 17 responden (94,4%) mengetahui tentang tujuan penerapan AKB dan menggunakan masker merupakan salah satu cara untuk mencegah penularan *Covid-19*. Sebanyak 10 responden (55,6%) beranggapan bahwa berkumpul di keramaian tidak berisiko penularan *Covid-19*. Sebanyak 11 responden (61,1%) sudah mengetahui tentang PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) sedangkan 7 responden (38,9%) masih belum mengetahui mengenai aturan PPKM. Seiring dengan masih terjadinya peningkatan kasus *Covid-19* di Indonesia, edukasi tentang AKB kepada masyarakat sangat penting. Tujuan dari mensosialisasikan AKB ini adalah agar masyarakat mengerti dan dapat melaksanakan protokol Kesehatan. Pada kenyataannya masih banyak hal-hal yang diabaikan oleh masyarakat seperti tidak menjaga jarak masih sering berkerumun, dan tidak memakai masker. Menurut Prayitno (2020), Penyuluhan kesehatan mengenai adaptasi kebiasaan baru perlu dilakukan secara terus menerus serta dibutuhkan peran serta melibatkan berbagai lintas sektoral baik dari pemerintah, instansi kesehatan, dan masyarakat itu sendiri untuk menerapkan AKB demi terwujudnya masyarakat Indonesia sehat dan bebas *Covid-19* (Lestari, dkk, 2021).

Peran edukasi terhadap masyarakat juga merupakan salah satu dari berbagai upaya untuk mengubah pola pikir, perilaku, serta meningkatkan kedisiplinan individu. Dengan memberikan edukasi terhadap adaptasi kebiasaan baru ini diharapkan semua elemen masyarakat khususnya para santri dapat ikut berpartisipasi menerapkan AKB dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat memutus rantai penyebaran *Covid-19* (Umar, 2020). Indonesia merupakan negara hukum, dimana hal tersebut mengindikasikan bahwa masyarakat Indonesia wajib mentaati dan mematuhi aturan yang berlaku. Sejauh ini hukuman bagi pelanggar protokol kesehatan di sejumlah daerah masih belum efektif. Sanksi yang diberikan tidak sebanding dengan pelanggaran yang telah dilakukan oleh masyarakat. Sehingga membuat masyarakat tidak menjadi jera dengan apa yang telah dilanggarnya. Oleh karena itu, pihak terkait seperti satpol PP, puskesmas maupun pihak terkait

lainnya harus sering melakukan pengawasan dan teguran kepada masyarakat yang belum menerapkan protokol kesehatan dengan baik (Umar, 2022).

Selain penerapan sanksi bagi masyarakat yang melanggar protokol kesehatan, upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan penyebaran informasi terkini mengenai *Covid-19*. Masyarakat diharapkan lebih aktif untuk mempelajari mengenai *Covid-19* (Yang *et al*, 2020). Informasi mengenai *Covid-19* mampu meningkatkan pengetahuan dan mendukung perkembangan positif dari perilaku seseorang dalam pencegahan *Covid-19* Yanti, dkk (2020). Tetapi, perilaku tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan melainkan terdapat kontribusi faktor lainnya seperti sikap positif, ketersediaan sarana dan prasarana, serta dukungan sosial untuk mendukung terbentuknya perilaku sehat (Zhong *et al*, 2020). Sarana dan prasarana yang memadai juga berperan dalam mempengaruhi perilaku masyarakat dalam menerapkan AKB. Masyarakat yang memiliki ketersediaan sarana dan prasarana berpeluang lebih besar untuk menerapkan perilaku AKB yang baik. Beberapa sarana prasarana yang diperlukan untuk mendukung perilaku AKB sebagai bentuk pencegahan penularan *Covid-19* seperti tersedianya fasilitas mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, membawa stok masker pengganti Ketika bepergian, membawa *hand* sanitizer atau tisu basah anti bakteri, serta menyediakan suplemen vitamin untuk menjaga imunitas tubuh. Ketersediaan sarana prasarana yang lengkap dapat membentuk perilaku sehat masyarakat (Zakiudin dan Shaluhiyah, 2016).

SIMPULAN

Sebanyak 18 responden (100%) mengetahui apa yang dimaksud dengan adaptasi kebiasaan baru serta mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dapat mencegah penularan *Covid-19*. Sebanyak 17 responden (94,4%) mengetahui tentang tujuan penerapan AKB dan menggunakan masker merupakan salah satu cara untuk mencegah penularan *Covid-19*. Sebanyak 10 responden (55,6%) beranggapan bahwa berkumpul di keramaian tidak berisiko penularan *Covid-19*. Sebanyak 11 responden (61,1%) sudah mengetahui tentang PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) sedangkan 7 responden (38,9%) masih belum mengetahui mengenai aturan PPKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan pusat statistik & Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, (2018). Statistik Gender tematik Profil Generasi Milenial Indonesia. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak: Jakarta
- Dinas Komunikasi dan Informatika Kabupaten Indramayu, (2021), Data Kasus *Covid-19* Indramayu, Indramayu.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (*Covid-19*)
- Kementerian Kesehatan. (2020). *menuju adaptasi kebiasaan baru*.
<https://promkes.kemkes.go.id/menuju-adaptasi-kebiasaan-baru>
- Lestari, V., Wicaksono, A.P. 2021. Edukasi Protokol Kesehatan di Masa Pandemi COVID-19 pada Warga DK. Berdug Kulon RT 01 RW 11, Sidomulyo, Ampel, Boyolali. INTELEKTIVA J Ekon Sos Hum. 2(09):96-100. <https://jurnalintelektiva.com/index.php/jurnal/article/view/458>

- Li, Xiaochen., Xu, Shuyun., Yu, Muqing., Wang, Ke., Tao, you., Zhou, Ying., Shi, Jing ., Zhou, Min., Wu, Bo., Yang, Zhenyu ., Zhang, Cong., Yue, Junqing ., Zhang, Zhiguo., Renz, Harald., Liu, Xiansheng., Xie, Junggang., Xie, Min., & Zhao, Jianping. (2020). Risk Factors for Severity and Mortality in Adult COVID-19 Inpatients in Wuhan. *The Journal Of Allergy And Clinical Immunology*. Volume 146, Number 1. July 2020. PP.110-118. American Academy of Allergy, Asthma & Immunology
- Peraturan Gubernur Jawa Barat Nomor 60 Tahun 2020 Tentang Pengenaan Sanksi Administratif Terhadap Pelanggaran Tertib Kesehatan Dalam Pelaksanaan Pembatasan Sosial Berskala Besar Dan Adaptasi Kebiasaan Baru Dalam Penanggulangan Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) di Daerah Provinsi Jawa Barat
- Prayitno, SA., Pribadi, HP., Ifadah, RA. 2020. Peran Serta dalam Melaksanakan Protokol Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19) pada Masyarakat. *DedikasiMU (Journal Community Serv.* 2(3):504-510. [doi:10.30587/dedikasimu.v2i3.1657](https://doi.org/10.30587/dedikasimu.v2i3.1657)
- Pusat informasi & koordinasi Jawa Barat, (2020). <https://pikobar.jabarprov.go.id/>
- Satuan Tugas Penanganan Covid 19. (2020). Ketahui: Adaptasi Kebiasaan Baru. <https://covid19.go.id/edukasi/apa-yang-harus-kamu-ketahui-tentang-Covid-19/adaptasi-kebiasaan-baru>
- Umar, A., (2020). Adaptasi Kebiasaan Baru (New Normal) di Saat Pandemi Covid-19, Bisakah?[https://www.academia.edu/43549146/Adaptasi Kebiasaan Baru New Normal Di Saat Pandemi Covid 19 Bisakah](https://www.academia.edu/43549146/Adaptasi_Kebiasaan_Baru_New_Normal_Di_Saat_Pandemi_Covid_19_Bisakah)
- World Health Organization, (2022). WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. <https://covid19.who.int/>
- Yang, K., Liu, H., Ma, L., Wang, S., Tian, Y., Zhang, F., Jiang, X, (2020), Knowledge, Attitude and Practice of Residents in The Prevention and Control of COVID-19: An Online Questionnaire Survey. *J. Adv. Nurs*, 1(10), 1-17. <https://doi.org/10.1111/jan.14718>
- Yanti, B., Wahyudi, E., Wahiduddin, W., Novika, R.G.H., Arina, Y.M.D., Martiani, N.S., dan Nawan, N. (2020). Community Knowledge and Behavior Towards Social Distancing Policy As Prevention Transmission of Covid-19 in Indonesia. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 8 (2), 4.
- Zakiudin, A., & Shaluhiah, Z. (2016). Perilaku Kebersihan Diri (Personal Hygiene) Santri di Pondok Pesantren Wilayah Kabupaten Brebes. *Jurnal Promosi Kesehatan I n d o n e s i a* , 11 (2) , 6 4 – 8 3 . <https://doi.org/10.14710/jpki.11.2.64-83>
- Zhong, B., Luo, W., Li, H., Zhang, Q., Liu, X., Li, W dan Li, Y (2020). Knowledge, Attitudes, and Practices Towards Covid-19 among Chinese Residents During the Rapid Rise Period of the Covid-19 Outbreak: A Quick Online Cross-Sectional. *International Journal of Biological Sciences*, 16(10), 1745-1752. <https://doi.org/doi:10.7150/ijbs.45221>